

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №7 "Ягодка"**

**Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре
для детей подготовительной к школе группы**

**Гришина Елена Владимировна,
воспитатель**

Джубга

2020

Задачи

Образовательные:

Развивать умение ползать на четвереньках опираясь на ладони. Закреплять умение ходить высоко поднимая колени, ходить по ограниченной поверхности сохраняя равновесие. Совершенствовать умение согласовывать движения с музыкой. Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим. Формировать навыки безопасного поведения во время занятия и в подвижных играх.

Развивающие:

Развитие умения действовать по инструкции воспитателя, соблюдать правила во время подвижной игры. Развивать физические качества: крупную и мелкую мускулатуру, ловкость, равновесие.

Оздоровительные:

Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры; Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и предупреждению плоскостопия.

Оборудование: обручи 5шт, дорожка со следами, лента, тоннель, доска (ширина 10 см,), бревно, камни, поляна из пенопласта, картинки с изображением цветов садовых и полевых, пчелки, музыкальный центр, ноутбук.

Ход НОД

Вводная часть.

Воспитатель : Здравствуйте, друзья! Сегодня я получила письмо. Сейчас мы узнаем от кого это письмо и что в нем написано!

- За морями, за лесами. Есть огромная страна - Страною Цветов зовется она! Дорогие ребята! Я - Фея Цветов . В моем Царстве столько цветов, что всех их не перечесать, помогите мне посадить цветы на волшебной поляне!

Воспитатель: Ребята, есть цветы, которые высаживают осенью, а вырастают они весной. Фея Цветов просит помочь ей посадить такие цветы. Поможем? *(Ответы детей)*

Воспитатель: Нам предстоит долгий путь в Страну Цветов, давайте подготовимся к нему!

Самомассаж: (выполняется под музыку)

- растирание ладоней,
- растираем теплыми ладонями плеч, рук, коленей, ступней ног.

Воспитатель : Нам нужно осмотреться, куда идти.

Гимнастика для глаз «Дует ветерок».

1. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями ленты (зеленого цвета) в руках у воспитателя . (4-5 раз).
- 2.Быстро поморгать, закрыть глаза , медленно считая до 5 (4-5 раз).
3. Крепко зажмурить глаза, сосчитать до 3, открыть .

Основная часть.

Воспитатель: А теперь, друзья, можно отправляться в путь!

Выйдем скоро на тропинку,
Там держи красиво спинку.
На носках (руки вверх)
Мхом под ногами, выстлана земля
Идем на носочках,
И ты и я.

2. Ходьба на пятках, руки за спиной.

3. Ходьба, высоко поднимая колени.

Выше ноги поднимаем
Через камни мы шагаем.

4. Ходьба по бревну

Посмотрите, вот бревно!
Давным - давно нас ждет оно
К бревну мы подойдем
Давайте по нему пройдем

5. Ползание в туннель на четвереньках с опорой на колени и ладони.

Мы в пещеру проползем
Много нового найдем.
Сейчас быстрее мы пойдем
Затем к бегу перейдем.

6. Обычный бег продолжительностью до 1 минуты.

Ходьба друг за другом.
Дружно весело бежали
И опять потом шагали.

Дыхательное упражнение «Роза- одуванчик».

Воспитатель: Вдыхаем аромат розы, дуем на одуванчик. Упражнение выполняется 4 раза.

Воспитатель: Вот и зеленая тропинка! (доска). Пройдя по ней, мы и попадем в Страну Цветов. Выполняется ходьба по доске приставным шагом.

Общеразвивающие упражнения.

Воспитатель: Ой, ребята, посмотрите, мы попали в Страну Цветов! Мы превращаемся в прекрасные цветы. (*Дети берут цветы в руки*). Звучит «Вальс цветов» П.И. Чайковского.

ОРУ с цветами

1. «Цветок качает головой»

И.п.: стоя, руки по швам, ноги вместе.
1 - наклон головы вправо, 2 - и.п.,
3 - наклон головы влево, 4 - и.п. (4 раза).

2. «Цветок поворачивается к солнцу»

И.п.: стоя, руки согнуты возле груди, ноги на ширине плеч.

1 - поворот влево, руки выпрямляем, 2 - и.п.,
3 - поворот вправо, 4 - и.п. (6 раз).

3. «Цветок растет»

И.п.: сидя, ноги прямые, руки возле груди.

1 - наклон вперед, коснуться руками-цветами ступней ног, 2 - и.п.,
3 – 4 -тоже. (8 раз).

4. «Налетел сильный ветер»

И.п.: стоя на коленях, ноги немного расставлены, руки возле груди.

1 - руки вверх, наклон туловища вправо, 2 - и.п.,
3 - руки вверх, наклон туловища влево, 4 - и.п. (8 раз).

5. «Цветок прячется от дождя»

И.п.: стоя, основная стойка, руки вдоль туловища.

1 - присесть, руки вперед, 2 - и.п.,
3 - 4 - тоже. (8 раз).

6. «Дождик идет»

И.п.: стоя, ноги вместе, руки согнуты в локтях.

прыжки на месте (8 раз, в 2 подхода).

7. «Цветок тянется к солнцу»

И.п.: стоя, основная стойка, руки по швам.

1 - потянуться вверх на носки, поднять руки вверх, 2 - и.п.,
3 - 4 - тоже. (6 раз).

Воспитатель : Посмотрите, вы превратились в прекрасные цветы. Какие? (садовые, полевые). Звучит «Вальс цветов» П.И. Чайковского.

Видео - сообщение от Феи Цветов.

- В моем Царстве столько цветов, что всех не перечесть, а позвала я вас, чтобы вы помогли мне посадить цветы на новой волшебной поляне. Сначала обязательно полить, а только потом посадить цветок.

Воспитатель: - Дети, поможем ?

Дети: - Да!

Игровое упражнение «Посади цветы».

ОВД

- прыжки с кочки на кочку (обручи - олений прыжок)
- пройти по следам
- поливают полянку и бегут обратно.
- сажают цветок в «землю» (пенопласт), бегут обратно и становятся в конец колонны.

Проводится 2 раза.

Воспитатель: Молодцы ребята! Хорошо справились, а самое главное – помогли посадить цветы.

Игра «Цветочные клумбы».

Под музыку дети кружатся и бегают на носочках вокруг стоек, музыка выключается - дети останавливаются возле стойки определенного значения. (стойка - полевые цветы, стойка - садовые цветы).

Воспитатель : Какие чудесные цветочные полянки!

Воспитатель: В саду и в поле летают пчелы. Ребята, а для чего они летают? (*собирают нектар, получают мед....*)

Малоподвижная игра «Кто в саду?»

Правила игры: дети должны стараться не наталкиваться друг на друга, идти не спеша ровной змейкой и останавливаться только по окончании слов.

Дети, взявшись за руки, встают в круг лицом к центру. Половина игроков внутри большого круга образуют маленький круг - это пчелы в саду. Они также стоят лицом к центру.

Одновременно все играющие дважды, нараспев, произносят слова:

Кто в саду, кто в саду?

Пчелки в розовом саду. (Дети, стоящие в большом кругу, идут в одну сторону, в маленьком - в другую)

Пчелки, с веточки на ветку,

С веточки на ветку, с листочка на листок,

С цветочка на цветок!

(Большой круг останавливается: дети, не отпуская рук, поднимают их вверх. Стоящие в маленьком кругу (пчелы) расцепляют руки и идут змейкой в воротца. По окончании слов - пчелы становятся каждая за одним из участников игры, находящихся в большом круге. Эти пары меняются ролями). Игра проводится 3-4 раза.

Звучит музыка. Появляется Фея Цветов

Фея цветов:

На волшебную полянку
Выхожу я спозаранку!
Солнышком земля согрета,
Все ребята любят осень.
Они не ленились,
Очень славно потрудились.
Воду носили, землю поили,
Все их хвалили,
На поляне выросли цветы
Небывалой красоты!

Пока вы мне помогали у меня на полянке распустились необычные цветы - «Цветы здоровья». (Показывает цветы, сделанные из киндер-сюрпризов, в которые вложены кусочки чеснока. Понюхайте, их! (*Дети берут цветы, нюхают*). Чем пахнут цветы здоровья?

Дети: Чесноком.

Фея цветов: Запах чеснока отпугивает микробы и ни один микроб к вам близко не подобрется.

Воспитатель: - Давайте возьмем эти цветы здоровья к себе в группу, ребята.

Воспитатель: Ну что же, наше путешествие подошло к концу, нам пора возвращаться в детский сад.

Фея цветов: Я помогу вам быстро вернуться в детский сад. Ложитесь на ковер, закрывайте глаза.

Релаксация

Звучит тихая музыка, дети ложатся на ковер и закрывают глаза.

Фея цветов:

Закроем, дети, глазки,
Представим, что мы в сказке.
Мы словно цветы на поляне лесной,
Согреты мы солнцем, умыты росой.

Фея Цветов уходит.

Воспитатель: Мы тянемся вверх, лепестки раскрывая,
И ласковый ветер нас тихо качает.
И нежные песни нам птицы поют.
Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

Воспитатель : Вот мы и в детском саду. Вот какое чудо произошло с нами, и Фея Цветочной страны каждому из вас подарила цветок, который будет вам напоминать об этом путешествии и будет дарить всем вам здоровье!

Воспитатель: Ребята, вам понравилось путешествие в Страну Цветов?
А что больше всего вам понравилось?
С какими трудностями вы столкнулись?

Ответы детей.

Воспитатель: Ребята, мы с вами обязательно совершим ещё не одно путешествие в Страну Цветов. До свидания!